

Recherche

# LA RANDO

© Photo NON libre de droits



Raid hivernal inuit au Groenland Est - Logistique [2]

[S'ÉQUIPER](#)[MON SÉJOUR](#)[HÉBERGEMENT](#)[PRÉPARER](#)[RANDO-SERVICES](#)[LIRE](#)[GPS](#)[FORUMS](#)[LA RANDO](#)

## LA RANDO > Accueil

### RECHERCHE DE SÉJOURS

Où pratiquer ?

Fait partie de

France  
-Alpes  
--Alpes du Sud  
--Mercantour  
--Chamonix  
--Dauphiné  
--Hautes-Alpes  
--Haute-Savoie  
--Mont-Blanc

#### Mes dates

Date de début :

2012-04-06

Format : 2012-04-05

Date de fin :

2013-04-05

Format : 2012-04-05

APPLIQUER



RAID 10 JOURS : La Grande traversée de la Savoie



Séjour rando Week-End de l'Ascension 2012



EN VAL D'ARLY/ARAVIS week end MARCHÉ

### NOUVEAU sur LA RANDO !



Chaussures Cosmic 4D 2 GORE-TEX par SALOMON

Chaussures Cosmic 4D 2 GORE-TEX SALOMON

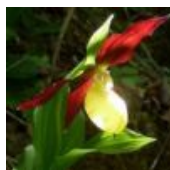
Chaussure de randonnée imper-respirante utilisant la technologie de trail running pour optimiser le chaussant et la stabilité.

### Nouveaux séjours. nouvelles activités

RAID 10 JOURS : La Grande traversée de la Savoie



Séjour rando Week-End de l'Ascension 2012



Venez profiter d'un week-end Prolongé à l'Ascension pour venir découvrir les Bauges !

Détente et grand air au rendez- vous !

Gérard, votre accompagnateur, vous

### LA RANDO SUR FACEBOOK



### Chaussures de randonnée

Chaussures Cosmic 4D 2 GORE-TEX par SALOMON



Chaussures XA Pro 3D Ultra 2 GORE-TEX Femme par SALOMON



Chaussures pour l'alpinisme Brenva GORE-TEX par MILLET



Chaussures de trek Baffin Pro homme par LOWA



Voir toutes les chaussures de randonnée

NORDIQUE (Initiation/...



BAUGES - WEEK END  
MARCHÉ NORDIQUE  
(initiation) et REMISE...



Les Bisses du Valais  
(Suisse) en marche  
nordique - 3 jours



Ascension du TOUBKAL

1 de 9 >>

- » Randonnée Alpes
- » Randonnée Pyrénées

## BIENVENUE

Nom d'utilisateur : \*

Mot de passe : \*

☒ Remember me

[SE CONNECTER](#)

- » Créer un nouveau compte
- » Demander un nouveau mot de passe

## LA LETTRE DE LA RANDO

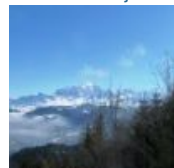
Newsletter

Gérer mes abonnements

PATAGONIA  
TWO NAV SOREL  
WARMTH BEAL  
CAMP EUREKA  
MEINDL  
KARRIMOR SCARPA  
PETZL LOWA  
ICEBREAKER  
DEUTER  
MAGELLAN  
MILLET  
GARMIN  
HAGLOFS SEA  
TO SUMMIT  
GREGORY  
CILAO  
THERMAREST  
BLACK  
DIAMOND  
CIMAIP

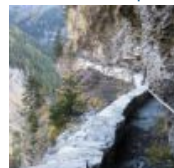
Savoie de la frontière Italienne à sa frontière Sud, aux portes des Ecrins, du col de l'Iseran au Col du Galibier. Certainement une belle aventure sportive et humaine au programme de cet itinéraire original qui s'apparente à un grand trek blanc... **JOUR 1 :** Val d'Isère – Refuge du Fond des Fours (2537 m)

EN VAL D'ARLY/ARAVIS week end  
MARCHÉ NORDIQUE  
(Initiation/Perfectionnement) et  
BALNEO - 3 jours



La Giettaz est un village traditionnel du Val d'Arly, situé au cœur du **Massif des Aravis**, entre **Megève** et **La Clusaz**. C'est un petit paradis de la randonnée : relief vallonné, forêts mystérieuses, sommets émergents majestueux, chalets de montagne rustiques ... un régal pour les yeux !!!

Les Bisses du Valais (Suisse) en marche nordique - 3 jours



Le « bisse » est un système d'irrigation élaboré qui capte l'eau au pied des glaciers ou dans les torrents d'altitude pour la transporter dans les cultures des coteaux. L'eau est ainsi acheminée et utilisée pour irriguer les champs, les vignes et les vergers durant la saison chaude.

Leur parcours a nécessité des aménagements importants ... héroïques ! : passerelles, tunnels, passage à encorbellement ... autant de témoins de l'audace et de la persévérance des constructeurs - montagnards.

Voir tous les séjours et toutes les activités

guidera sur les sentiers Baujus à la découverte de la flore et la faune sauvage, bien particulière à cette période !

4 jours de randonnées accompagnées, vous n'aurez rien à penser !

**Jour 1 : Accueil**

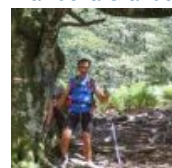
Accueil par Gérard, votre accompagnateur et hôte à la gare d'Aix les bains vers 15h58 ou directement au gîte de « la fruitière d'Arith »

BAUGES - WEEK END MARCHÉ NORDIQUE (initiation) et REMISE EN FORME - 3 jours



Le site exceptionnel **SAVOIE GRAND REVERD** au cœur du **Parc Naturel Régional du Massif des Bauges**, surnommé le « Petit Canada » est le terrain idéal pour découvrir la Marche Nordique. Dans cet environnement totalement préservé, à travers les alpages, les clairières et la forêt de hêtres de sapins et d'épicéas, nous apprécierons la tranquillité des lieux et la beauté des paysages.

Trail de la Grande Bleue



Entre Collioure et Cadaquès, courir sans aucun transfert routier, vous arrivez chaque soir et repartez chaque matin à pied de l'hôtel ; Une superbe itinérance au ras de l'eau en jouant à saute-crique ou en balcon panoramique avec vue sur "notre mer" ; Une traversée du Nord au Sud des Pyrénées, entre France et Espagne, mais toujours en Catalogne ; Des hauts lieux artistiques et historiques qui ont marqué des artistes si célèbres : Collioure et ses "fauves" de peintres Matisse et Derain ; Banyuls et les rondeurs sculptées de Maillol ; Cadaquès et ses artist

## Sélectionné par LA RANDO

Portage, restauration,  
bivouac ou  
hébergement..... les

## Sac à dos de randonnée

Sac à dos Sky 30  
par SALOMON



Sac à dos Peak  
Attack 35-45 par  
LOWE ALPINE



Sac à dos Talon  
33 par OSPREY



Sac à dos  
journée Wizard  
Air 24+4 par  
VAUDE



Voir tous les **Sacs à Dos**

## Sac de couchage

Sac de  
couchage en  
duvet KL 250  
Light par WILSA



Sac de  
couchage en  
duvet Expé 500  
GT par WARMTH



Sac de  
couchage en  
synthétique K3  
par WILSA



Sac de  
couchage en  
synthétique  
Oxygène par  
WILSA



Voir tous les **Sacs de Couchage**

## Vêtements de randonnée

Tee-Shirt zip  
homme Run  
Quest - GT150  
par ICEBREAKER



Veste softshell  
femme Blast par  
MILLET



Veste soft shell  
femme  
Monterosa  
Hoodie par  
MILLET



MERRELL SCHÖFFEL  
CARINTHIA ORTIK  
VAUDE OSPREY  
COLUMBIA  
LORPEN  
FIVEFINGERS  
GOLITE TSL  
SUUNTO SOURCE  
KAYLAND  
SALOMON  
WILSA LOWE  
ALPINE ANDREA  
BOLDRINI ASOLO  
SALEWA  
MOUNTAIN  
EQUIPMENT MSR  
THE  
NORTH  
FACE  
VALANDRÉ  
NORRONA GARMONT

Svalbard Alpes du  
Sud  
Aragon  
France Vosges  
Pyrénées  
Ouest  
Bauges  
Mont-Blanc  
Laponie Amérique  
Beaufortain  
Norvège Catalogne  
Scandinavie Espagne  
Chamonix  
Saint Jacques de Compostelle  
Dauphiné  
Pyrénées  
Est  
Queyras  
Savoie  
Hardangervidda Bretagne  
Jotunheim Spitzberg Lorraine  
Provence Europe  
Haute-  
Savoie  
Hautes-  
Alpes  
Mercantour  
Jura Suède Groënland  
Kungsleden Sarek Bourgogne  
Bordeaux Aquitaine  
Catalogne  
Vercors Dordogne  
Auvergne  
Pyrénées  
Corse Charente  
Vanoise  
Alpes



Les mules de  
bât, une  
logistique à la  
disposition des  
organisateurs  
de randonnée

mules de bât, tout un  
savoir faire au service  
de vos projets de  
rando

Vous êtes...

... responsable dans un  
club de randonnée,

... organisateurs de  
vacances entre amis,

... souhaitez célébrer des  
retrouvailles familiales en  
montagne,

... la logistique  
nécessaire pour passer  
quelques journées  
amicales et joyeuses en  
montagne est le sujet de  
votre interrogation.



Matelas NeoAir  
XLite Regular  
par  
THERMAREST

Matelas NeoAir XLite  
Regular THERMAREST

Le matelas NeoAir XLite  
est le nec plus ultra en  
matière de confort, de  
poids et de compacité.



Sac à dos Sky  
30 par  
SALOMON

Sac à dos Sky 30  
SALOMON

Sac à dos destiné aux  
longues journées de  
randonnée ou aux  
excursions légères de  
plusieurs jours.



Chaussures XA  
Pro 3D Ultra 2  
GORE-TEX  
Femme par  
SALOMON

Chaussures XA Pro 3D  
Ultra 2 GORE-TEX Femme

Chaussure chaussant  
femme, imper-respirante,  
alliant légèreté,  
résistance et stabilité  
pour les parcours les  
plus exigeants; profil  
dynamique et longévité  
accrue grâce à la  
longévité inédite de la  
semelle. Utilisation  
toutes saisons grâce à  
son chausson GORE-  
TEX®.



Matelas Z Lite  
Regular par  
THERMAREST

Nouveauté Matelas Z Lite  
Regular - Matelas  
redessiné dans une  
nouvelle structure en  
mousse polyéthylène  
réticulé à cellules  
fermées double densité,  
plus doux dessus pour  
davantage de confort,  
plus dense dessous pour  
une plus grande  
résistance.

Pantalon Altiride  
Composite par  
MILLET



Voir tous les **Vêtements**

## GPS de randonnée

ETREX 30 de  
Garmin



ETREX 20 de  
Garmin



ETREX 10 de  
Garmin



Montre cardio-  
training Quest  
par SUUNTO



Voir tous les **GPS de  
randonnée**



## L'ACTUALITÉ DE LA RANDO

- » circuits
- » Balade entre Anvers et Bruxelles, le 8/4/2012 (BE)
- » RAID 10 JOURS : La Grande traversée de la Savoie
- » Séjour rando Week-End de l'Ascension 2012
- » Balade en bord de Meuse (BE)
- » EN VAL D'ARLY/ARAVIS week end MARCHE NORDIQUE (Initiation/Perfectionnement) et BALNEO - 3 jours
- » BAUGES - WEEK END MARCHE NORDIQUE (initiation) et REMISE EN FORME - 3 jours
- » Les Bisses du Valais (Suisse) en marche nordique - 3 jours
- » La Dunaire Montoise à Saint Jean de Monts - 5 mai 2012
- » application gps pour android...



Tee-Shirt zip homme Run Quest - GT150 par ICEBREAKER

Tee-Shirt zip homme Run Quest - GT150  
ICEBREAKER - T-shirt col montant zippé, maintient au frais et au sec pendant l'effort.



Raid hivernal inuit au Groenland Est - Description du projet [1]

**Découverte de la cote Est du Groenland et du monde Inuit en mode raid nordique - Du 16 au 29 Mars 2012**



Raid hivernal inuit au Groenland Est - sécurité et communication [3]

### Sécurité / Orientation

Nous réaliserons notre orientation à l'aide d'une boussole et des cartes papiers locales. Nous nous ferons assister par un GPS. **Nous mettrons en œuvre une technique très particulière qui permet d'insérer directement en fond de GPS des cartes papier scannées. Cela sera rendu possible grâce aux GPS de la marque GARMIN (modèles Dakota, Montana...) qui intègrent la fonctionnalité CUSTOM MAPS, mais aussi grâce aux logiciels GPSTRACK et MAPC2MAP.**